



bild saknas

- ▮ 4 port
- ▮ Grönsaker, Huvudrätt, Budget, Lättlagat, Vegetariska

BROCCOLI- OCH PARMESANBIFFAR

Ingredienser ▮

2 huvud broccoli
 1 st ägg
 60 g parmesan
 1 dl vetemjöl
 2 klyftor vitlök

▮ sås

2 dl yoghurt, turkisk
 1 st citron (*saft från*)
 2 msk parmesan

Gör så här ▮

Ansa broccolin och dela i mindre bitar. Koka broccolin i lättsaltat vatten i ca 5 minuter. Häll av vattnet och mixa. Blanda med uppvispat ägg, finriven parmesan, mjöl, pressad vitlök, salt och svartpeppar. Stek i smör 5-7 minuter.

Servera med den kalla såsen och sallad.

Såsen: Blanda alla ingredienser och smaka av med salt och svartpeppar.